

Schwer krank, statt psychisch überfordert

Das chronische Erschöpfungssyndrom wird oft falsch eingeschätzt

Von Christoph Weymann (Text und Foto)

Mitte der 1950er-Jahre kam es am Londoner Lehrkrankenhaus Royal Free Hospital zu einer Epidemie mit über 200 Erkrankten, von der vor allem die überwiegend weiblichen Mitarbeiter der Klinik betroffen waren. Der Arzt Melvin Ramsay dokumentierte die Fälle, die an ein schweres Erschöpfungssyndrom erinnerten, wie es schon einige Male nach Virusinfektionen beschrieben worden war, und beschrieb die Erkrankung als Myalgische Enzephalomyelitis (ME; «Entzündung von Gehirn und Rückenmark»).

Diese Definition wurde 1969 in die ICD, die offizielle Krankheitsklassifikation der WHO, als Nervenerkrankung aufgenommen, aber schon im Jahr darauf stark angezweifelt. Beim Londoner Ereignis müsse es sich um eine Massenhysterie gehandelt haben, befanden zwei Psychiater und verwiesen unter anderem darauf, dass es keine körperlichen Auffälligkeiten gegeben hatte und die Untersuchungsergebnisse meist unauffällig gewesen waren.

Komplizierte Diagnose

Seit damals hat man zwar manches gelernt über die Erkrankung, die seit den 1980er-Jahren vor allem als CFS (Chronic Fatigue Syndrome) bezeichnet wird, und sich mit ihrer deutschen Bezeichnung als chronisches Erschöpfungssyndrom viel harmloser anhört, als sie ist. Der damalige Konflikt zwischen Psychiatern und «körperorientierten» Medizinern aber setzt sich bis heute fort – zum Nachteil der Patienten, von denen viele so geschwächt sind, dass sie die meiste Zeit des Tages im Bett verbringen müssen und kaum in der Lage sind, ein paar Stunden aufzustehen und kleine Alltagsaufgaben zu bewältigen. Denn eine jahrzehntelange psychosomatische Deutungshoheit über die Erkrankung hat auch dazu



Keine Kraft. Chronic-Fatigue-Syndrom-Patienten sind oft so geschwächt, dass sie viel Zeit im Bett verbringen müssen.

geführt, dass es bis vor wenigen Jahren weitgehend als überflüssig betrachtet wurde, die seit Langem erwogenen körperlichen Ursachen intensiver und grundlegend zu erforschen.

Zwar sollen etwa 0,24 bis 0,42 Prozent der Gesamtbevölkerung von der Erkrankung betroffen sein – in der Schweiz also etwa 20 000 bis 35 000 Menschen, die unter anderem an Muskelschmerzen und schwerster Erschöpfung leiden, die nicht durch Schlaf gelindert werden können. Die Erklärung ihres Zustandes besteht aber bis heute in einer umständlichen und mühsamen Annäherung.

Anstelle einer einfachen Krankheitsdefinition mit feststehender Hauptursache steht das Syndrom – ein Bündel von Symptomen, die dazugehören können. Statt mit einer Untersuchung oder einem Test die Erkrankung feststellen zu können, muss sie im Ausschlussverfahren bestätigt werden, indem sämtliche ähnlichen Leiden abgeklärt werden. Auf manche Psychiater wirkt dieses Konzept so konstruiert, dass sie die Erkran-

kung kurzerhand mit einer «Neurasthenie» (Nervenschwäche) gleichsetzen.

Dieser von einem «Gefühl körperlicher Schwäche» oder «geistiger Ermüdbarkeit» gekennzeichnete «Burnout des 19. Jahrhunderts» steht auch noch in der ICD – allerdings als psychische Krankheit ohne körperliche Ursache. «Mit CFS müssen Sie Glück haben, dass Sie überhaupt auf einen Arzt treffen, der die Erkrankung kennt und Sie nicht als Patienten mit einer psychischen Störung einordnet», sagt Carmen Scheibenbogen, Leiterin der Immundefekt-Ambulanz an der Berliner Universitätsklinik Charité. Man geht davon aus, dass die Krankheit bei

etwa 90 Prozent der Betroffenen nicht, oder nicht richtig erkannt wird. Stattdessen wird ihnen etwa eine Depression bescheinigt, obwohl es CFS-Kranken gerade umgekehrt wie Depressiven nicht am Antrieb fehlt, sondern an der Kraft – wobei sie infolge ihrer Einschränkungen durchaus auch noch depressiv werden können.

Hinweise auf Immundefekte

International wird, ausgehend von den USA, seit einigen Jahren vorwiegend die Erforschung der körperlichen Ursachen der Krankheit massiv vorangetrieben. Im deutschsprachigen Raum werden wohl ausser von Carmen Schei-

benbogens Team an der Charité immer noch fast keine solchen Untersuchungen gemacht – ganz im Gegensatz zu einem neuen europäischen CFS-Netzwerk, an dem sie mit einem Erlanger Kollegen beteiligt ist.

Dringend nötig fände sie auch interdisziplinäre Spezialambulanzen wie es sie für andere komplexe Krankheiten gibt. Dass das Leiden in jedem Fall von einer Autoimmunkrankheit, einem Virus oder einem Gendefekt verursacht wird, glaubt auch die Immunologin nicht unbedingt. Man hat aber immer wieder Auffälligkeiten gefunden. So hat Scheibenbogens Team im letzten Jahr bei einem Drittel der untersuchten CFS-Patienten Antikörper gegen die Rezeptoren entdeckt, die das Stress- und Energiehormon Adrenalin wirksam werden lassen.

Die ständige Überaktivierung dieses «adrenergen Systems» durch eine Autoimmunreaktion könnte nicht nur ein Grund für die Vielzahl der körperlichen Beschwerden, sondern auch für die in Folge auftretende, schwere Erschöpfung der Kranken sein. Und sie könnte erklären, warum es so oft aktive Menschen mitten in einer stressigen Phase trifft: dann sind die Stresshormon-Rezeptoren aktiviert und werden möglicherweise besser von Antikörpern erkannt, wenn durch einen Infekt gleichzeitig das Immunsystem alarmiert ist.

Heute lässt sich die Krankheit zwar noch nicht heilen, aber immerhin behandeln. «Es ist die Therapie der kleinen Schritte», sagt Carmen Scheibenbogen. «Es ist sicher eine chronische Erkrankung bei vielen, aber es ist so, dass man zumindest bei einem Teil der Patienten wieder eine gewisse Besserung erreichen kann. Das heisst vielleicht, dass man nicht mehr bettlägerig ist, sondern sich wieder selbst versorgen kann. Oder dass man wieder ein paar Stunden arbeiten kann.»

Informationen über das Chronic-Fatigue-Syndrom:

- www.verein-me-cfs.ch/ Verein ME/CFS Schweiz
- www.tired.ch Viele Informationen, darunter Videos über Betroffene.
- www.lost-voices-stiftung.org Aktuelle Informationen zur Forschung.
- www.fatigatio.de Bundesverband CFS in Deutschland.
- www.lost-voices-stiftung.org Aktuelle Informationen zur Forschung.
- www.fatigatio.de Bundesverband CFS in Deutschland.